

À quelle fréquence faut-il faire le ménage ?

# PLANNING DU MÉNAGE

## LE CALENDRIER FACILE

### À FAIRE TOUS LES JOURS



- Faire le lit
- Nettoyer la cafetière
- Faire la vaisselle
- Essuyer le plan de travail et la table de la cuisine
- Faire la lessive (si nécessaire)
- Balayer le sol de la cuisine
- Essuyer le lavabo et les surfaces de la salle de bain
- Nettoyer les parois de douche
- Désinfecter l'évier de la cuisine et le lavabo de la salle de bain

### TOUTES LES SEMAINES



- Passer la serpillière dans la cuisine et la salle de bain
- Nettoyer les surfaces de la salle de bain
- Nettoyer les miroirs
- Dépoussiérer les meubles
- Passer l'aspirateur sur les sols et les meubles
- Changer les draps
- Jeter les aliments périmés
- Essuyer les appareils électroménagers de la cuisine
- Nettoyer le micro-ondes
- Désinfecter les éponges

### TOUS LES MOIS



- Passez l'aspirateur sur les grilles d'aération
- Dépoussiérer les lampes et luminaires
- Dépoussiérer les stores
- Nettoyer le lave-vaisselle, la machine à laver et l'aspirateur

### TOUS LES 3 À 6 MOIS



- Essuyer l'intérieur du réfrigérateur
- Nettoyer la hotte de la cuisine
- Nettoyer le rideau de douche dans la machine à laver
- Faire les poussières sous et derrière les meubles
- Laver la couette et les oreillers
- Nettoyer la terrasse et le mobilier et du jardin
- Passer l'aspirateur sur le matelas
- Détartre la cafetière
- Désinfecter les canalisations et le broyeur d'évier
- Nettoyer le four
- Nettoyer le congélateur
- Laver la voiture

### 1 FOIS PAR AN



- Nettoyer l'insert ou le foyer de la cheminée
- Nettoyage en profondeur des tapis et de la moquette
- Nettoyage en profondeur des vitres
- Nettoyage en profondeur des rails de fenêtre
- Laver les rideaux et les voilages à la machine
- Vider et nettoyer les gouttières

